

## CARDÁPIO MÊS DE OUTUBRO

SEMANA	DATA	ENTRADA	PRATO PRINCIPAL	OPÇÃO VEGETARIANA	GUARNIÇÃO	SOBREMESA
SEGUNDA	30/set	Repolho Colorido e Chuchu c/ Rabanete	Coxa e Sobrecoxa Ensopado	PTS Refogado	Macarrão A/O	Banana
		Alface c/ Nabo e Abobrinha c/ milho	Copa Lombro Assado	Ovo cozido	Repolho Refogado	Laranja
TERÇA	01/out	Alface c/ Nabo e Abobrinha c/ milho	Copa Lombro Assado	Ovo cozido	Repolho Refogado	Laranja
		Almeirão c/ laranja e abobrinha	Frango Xadrez	Yakisoba legumes	Cenoura Vick	Maçã
QUARTA	02/out	Almeirão c/ laranja e abobrinha	Frango Xadrez	Yakisoba legumes	Cenoura Vick	Maçã
		Alface c/ cenoura e Soja refogada	Isca de Carne na Chapa	Soja em Grao c/ Pimentao	Purê Batata	Abacaxi
QUINTA	03/out	Alface c/ cenoura e Soja refogada	Isca de Carne na Chapa	Soja em Grao c/ Pimentao	Purê Batata	Abacaxi
		Acelga c/ agrião e beterraba cozida	Peixe no Fubá	Escondidinho de PTS	Pirao	Mamão
SEXTA	04/out	Acelga c/ agrião e beterraba cozida	Peixe no Fubá	Escondidinho de PTS	Pirao	Mamão
		Repolho colorido e Cenoura c/salsa	Cx e Sobr Crocante	Risoto de Legumes	Farofa Rica	Goiaba
SEGUNDA	07/out	Repolho Colorido e Tabule	Cx e Sobr Crocante	Risoto de Cenoura	Farofa Rica	Goiaba
		Escarola c/ Vinagrete de Maçã e Batata Cozida	Peixe a Portuguesa	Jardineira de PTS	Polenta Cremosa	Melancia
TERÇA	08/out	Escarola c/ Vinagrete de Maçã e Batata Cozida	Peixe a Portuguesa	Jardineira de PTS	Polenta Cremosa	Melancia
		Alface c/ cebola e Cenoura c/ Ervilha	Fricasse de Frango	Almôndega de Lentilha	Macarrao ao Sugo	Banana
QUARTA	09/out	Alface c/ cebola e Cenoura c/ Ervilha	Fricasse de Frango	Almôndega de Lentilha	Macarrao ao Sugo	Banana
		Agriao c/ Repolho e Berinjela c/ vinagrete	Picadinho de Carne	Mandioca A/O	Couve na manteiga	Laranja
QUINTA	10/out	Agriao c/ Repolho e Berinjela c/ vinagrete	Picadinho de Carne	Mandioca A/O	Couve na manteiga	Laranja
		Acelga c/ rabanete e Bicolor	Frango a Grelhado	Omelete de Forno	Quibebe	Maçã
SEXTA	11/out	Acelga c/ rabanete e Bicolor	Frango a Grelhado	Omelete de Forno	Quibebe	Maçã
		Alface c/ Rabanete e Cenoura c/ Vagem	Carne Assada	Abobrinha c/ PTS		Melão
SEGUNDA	14/out	Alface c/ Rabanete e Cenoura c/ Vagem	Carne Assada	Abobrinha c/ PTS		Melão
		Acelga c/ Vinagrete de Maca e Beterraba Coz.	Frango à Milanese	Hamburger de Grao de bico	Creme de Milho	Maçã
TERÇA	15/out	Acelga c/ Vinagrete de Maca e Beterraba Coz.	Frango à Milanese	Hamburger de Grao de bico	Creme de Milho	Maçã
		Escarola c/ Almeirao e Batata bolinha	Pernil em Cubos	Omelete de Forno	Batata Doce de Forno	Banana
QUARTA	16/out	Escarola c/ Almeirao e Batata bolinha	Pernil em Cubos	Omelete de Forno	Batata Doce de Forno	Banana

		Pepino c/ Cenoura	Cubo de Frango c/ molho	Polenta Recheada	Tutu de Feijao	Melancia
QUINTA	17/out	Alface c/ Agrião e Pepino c/ Cenoura	Cubo de Frango c/ molho	Polenta Recheada	Tutu de Feijao	Melancia
		Acelga c/ Almeirao e Chuchu c/ Milho	Peixe ao molho Tartaro	Virado de Folhas	Purê Misto	Laranja
SEXTA	18/out	Acelga c/ Almeirao e Chuchu c/ Milho	Peixe ao molho Tartaro	Virado de Folhas	Purê Misto	Laranja
		Vinagrete e Abobora c/ Quiabo	Linguiça Toscana acebolada	Ovo cozido	Polenta cremosa	Melão
SEGUNDA	21/out	Alface c/ Escarola/Repolho e Abobora c/ Quiabo	Linguiça Toscana acebolada	Ovo cozido	Polenta cremosa	Melão
		Escarola c/ Vinagrete de Maça e Beterraba c/ Cebola	File de Frango ao molho mostarda	Torta de Legumes	Folhas Refogada	Melancia
TERÇA	22/out	Escarola c/ Vinagrete de Maça e Beterraba c/ Cebola	File de Frango ao molho mostarda	Torta de Legumes	Folhas Refogada	Melancia
		Alface e Abobrinha c/ Cenoura	Carne Louca	Ovos Mexido	Purê Misto	Laranja
QUARTA	23/out	Alface e Abobrinha c/ Cenoura	Carne Louca	Ovos Mexido	Purê Misto	Laranja
		Acelga c/ agrião e Batata Doce	Strogonoff de Frango	Chauto de Lentilha	Batata Palha	Maçã
QUINTA	24/out	Acelga c/ agrião e Batata Doce	Strogonoff de Frango	Chauto de Lentilha	Batata Palha	Maçã
		Mix de folhas e Tabule	Bife Grelhado	Berinjela Recheada Napolitana	Macarrao ao Sugo	Abacaxi
SEXTA	25/out	Mix de folhas e Tabule	Bife Grelhado	Berinjela Recheada Napolitana	Macarrao ao Sugo	Abacaxi
		Repolho Colorido c/ cebola e Feijão Branco c/ Cenoura	Peixe a Portuguesa	PTS refogada	Tempora	Mamão
SEGUNDA	28/out	Escarola c/ cebola e Feijão	Peixe a Portuguesa	PTS refogada	Tempora	Mamão
		Repolho e Cenoura c/ Ervilha	Cx e Sb Assado	Quibe de Forno	Macarrao A/O	Melancia
TERÇA	29/out	Repolho e Cenoura c/ Ervilha	Cx e Sb Assado	Quibe de Forno	Macarrao A/O	Melancia
		Pepino c/ tomate e Catalonha	Lombo Agridoce	Omelete de Forno	Virado Acelga	Doce de Banana
QUARTA	30/out	Pepino c/ tomate e Catalonha	Lombo Agridoce	Omelete de Forno	Virado Acelga	Banana
		Alface c/ Cebola e Bicolor	Frango a Primavera	Bolinho de Arroz	Abobrinha na Caipira	Laranja
QUINTA	31/out	Alface c/ Cebola e Bicolor	Frango a Primavera	Bolinho de Arroz	Abobrinha na Caipira	Laranja
		Agrião/Acelga e Batata Doce/Milho	Linguiça ao Vinagrete	Feijao Branco c/ Pimentao	Polenta Cremosa	Maçã